

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВПО «Ишимский государственный педагогический институт им. П.П. Ершова»
Департамент по социальным вопросам администрации г. Ишима
Кафедра теории и методики физической культуры



СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ И СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА

Сборник статей и тезисов
международной научно-практической конференции
15-16 ноября 2012 года

Ишим
2013

УДК 79-053.67(063)

ББК 75.4(2)я5

С 568

Печатается по решению редакционно-издательского совета ИГПИ им. П.П. Ершова

Рецензенты:

Мурзалинова А.Ж., доктор педагогических наук, профессор, зав. кафедрой «Теория военного и физического воспитания» СКГУ им. М. Козыбаева;

Кравчук А.И., член-корреспондент САН ВШ, д.п.н., профессор кафедры Теории и методики туризма и социально-культурного сервиса СибГУФК.

Современные проблемы физического воспитания студентов и студенческого спорта : сб. ст. и тезисов международной науч.-практической конф. / ред.-сост. А.Г. Поливаев. – Ишим : Изд-во ИГПИ им. П.П. Ершова, 2013. – 240 с.

Сборник статей и тезисов содержит материалы об актуальных проблемах студенческого спорта и физического воспитания молодежи России и ближайшего зарубежья; в сборнике представлены труды ученых России, Беларуси, Казахстана, которые могут быть использованы учителями физической культуры общеобразовательных школ, ссузов и вузов, а также тренерами различной квалификации, работающих с детскими коллективами и взрослыми высококвалифицированными командами.

© ФГБОУ ВПО «Ишимский
государственный педагогический
институт им. П.П. Ершова», 2013

СФОРМИРОВАННОСТЬ ПОТРЕБНОСТИ В ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

Н.Н. Колесникова,

Полесский государственный университет

г. Пинск, Республика Беларусь

Одним из доступных средств поддержания и сохранения здоровья, работоспособности людей остаются физическая культура и спорт. С каждым годом совершенствуются и развиваются новые формы занятий физическими упражнениями, возникают необычные виды спорта, однако интерес к ним со стороны большей части населения остается достаточно слабым. Люди, в том числе студенческая молодежь, к сожалению, не видят в физической культуре эффективного средства профилактики различного рода заболеваний и укрепления здоровья. Резко возросшая на протяжении жизни одного поколения интенсификация умственного труда студентов на фоне снижения их двигательной активности ведет к ослаблению организма. Анализ функционального состояния студентов выявил, что здоровье в данной социально-демографической группе характеризуется следующими показателями: высокий уровень – 1,8%; средний – 7,7%; низкий – 21,5%; очень низкий – 69%. Ухудшение здоровья студентов стало не только медицинской, но и серьезной педагогической проблемой. При этом кризисные явления в этой сфере жизни стремительно нарастают. В большинстве существующих систем обучения

студентов «здоровому образу жизни» они рассматриваются исключительно как объект для обучения. На наш взгляд, изучение проблемы повышения значимости физической культуры и спорта в стиле жизни молодых людей, а также разработка путей актуализации основных ценностей физической культуры в студенческой среде имеет важнейшее значение. Объектом нашего исследования являлась физическая культура и спорт в образе жизни студентов. Целью исследования – определение отношения студентов педагогического университета к физической культуре и спорту как составляющим здорового образа жизни.

С целью получения более полного представления об отношении студентов педагогического вуза к физической культуре и спорту, а так же выявления основных мотивов, побуждающих студентов заниматься физическими упражнениями, нами были опрошены юноши и девушки разных факультетов Восточно – Сибирской академии образования ($n = 256$ человек). Из них 120 юношей и 136 девушек. Возраст респондентов 17-19 лет.

В результате анкетного опроса было установлено, что 76,2% студентов первого курса и 80,9% второкурсников положительно относятся к занятиям физической культурой и спортом. Существенной разницы во мнении девушек и юношей не прослеживается. Физическую культуру, как обязательную составляющую здорового образа жизни человека считают абсолютно все опрошенные (100%). Основной объем двигательной активности студентов приходится на организованные физкультурные занятия в режиме образовательного учреждения. При этом активно занимаются физическими упражнениями во внеурочное время 42% студентов, 38% занимаются не регулярно и 20% не занимаются вообще. Количество занимающихся спортом возрастает ко второму курсу на 12% (на первом курсе их насчитывается 15%, на втором 27%). Следует отметить, что студенты факультета физической культуры активно занимаются спортом на занятиях по повышению спортивного мастерства, что нами в данном случае не учитывалось. Из числа юношей, систематически занимающихся различными видами физических упражнений вне стен вуза, 80% также составляют студенты данного факультета (таблица 1).

Подавляющее большинство девушек, ответивших на этот вопрос положительно, учиться на гуманитарном факультете.

Таблица 1

Отношение студентов педагогического вуза к занятиям физической культурой и спортом

Курс	Отношение к физической культуре и спорту (%)		Систематичность занятий (%)		
	положительное	отрицательное	регулярно	не регулярно	не занимаются
1	76,2	23,8	40	36	24
2	80,9	19,1	44	40	16

В числе факторов, обуславливающих мотивацию к систематическим занятиям физическими упражнениями определены: желание иметь хорошее здоровье – так ответили 62% респондентов, желание быть физически привлекательным – 29% и быть физически готовым к предстоящей профессиональной деятельности – 9%.

К факторам, препятствующим посещению спортивных секций (рис. 1) относятся: отсутствие свободного времени (71%), отдаленность спортивных сооружений – (9%), нежелание заниматься (8,6%), состояние здоровья (7,2%), желаемый вид спорта в городе не культивируется (4,2%).



Рис. 1. Факторы, препятствующие систематическим занятиям физическими упражнениями

При оценке значимости отдельных составляющих здорового образа жизни занятия физическими упражнениями поставили на первое место 47,3% студентов; отсутствие вредных привычек 45,1% опрошенных; 7,6% респондентов считают главным фактором ЗОЖ соблюдение правил личной и общественной гигиены (рис. 2).



Рис. 2. Оценка значимости составляющих здорового образа жизни

Проведенный опрос позволил установить:

- основными мотивами к занятиям физической культурой в студенческом возрасте служит сознательное стремление к сохранению и улучшению здоровья и гармоничному физическому развитию;
- менее значительным для студентов оказалось желание быть физически готовым к предстоящей профессиональной деятельности;
- при формировании положительного отношения к физической культуре факторы, затрагивающие социальную сущность человека (влияние преподавателя, товарищей, родителей) существенной роли в этом возрасте не играют;
- основной объем суточной двигательной активности учащихся приходится на организованные физкультурные занятия в режиме образовательного учреждения.

Воспитание здорового образа жизни у студентов – это забота работников высшей школы. Образ жизни может быть здоровым только тогда, когда он развивается, дополняется различными новыми, полезными для здоровья элементами, привычками и тем самым совершенствуется. Поэтому здоровому образу жизни надо постоянно учиться, а значит, ему надо и постоянно учить.

Молодые люди не всегда располагают необходимыми знаниями и убеждениями, чтобы осознанно выбирать определенный образ жизни, а образ

жизни не определяется лишь характером поведения человека, которое положительно или отрицательно воздействует на его здоровье. Зачастую этому препятствуют вредные традиции, укоренившиеся в быту той или иной семьи привычки поведения и другие неблагоприятные факторы. Поэтому необходимо обеспечить студентам благоприятные условия для выбора и поддержания такой линии поведения, такого образа жизни, которые способствуют укреплению здоровья. Студенты также должны осознавать тот факт, что их поведение во многом определяется потребностями повседневного существования и собственным представлением о полноценной жизни.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ГЛАВА 1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ, МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ.....	6
<i>Баранова С.А., Ветренко А.А.</i> Диагностика личности студента как основа для осуществления дифференцированного подхода в физическом воспитании.....	6
<i>Бондаренко В.А.</i> Отдельные проблемы измерения общественного и индивидуального здоровья на современном этапе.....	8
<i>Ветренко А.А., Баранова С.А.</i> Легкая атлетика на уроках физической культуры в младшем школьном возрасте.....	18
<i>Волохина Н.А.</i> Нормативно-правовые аспекты управления сферой физической культуры и спорта на муниципальном уровне (на примере г. Ишима).....	23
<i>Григорович И.Н.</i> Взаимосвязь индивидуально-психологических особенностей учащихся с успешностью обучения и овладения двигательными умениями...	27
<i>Зайцева С.В., Стародубцева И.В.</i> Оздоровительные занятия йогой в фитнес-центрах г. Тюмени.....	33
<i>Колесникова Н.Н., Колесникова Ю.Н.</i> Педагогический контроль как составляющая управления процессом физического воспитания дошкольников.....	37
<i>Колесникова Н.Н.</i> Сформированность потребности в здоровом образе жизни студентов педагогического вуза.....	41
<i>Кузьменко Д.Ю., Кочерыжкина Ю.В.</i> Психолого-педагогические и теоретико-методические аспекты физического воспитания в вузах.....	45
<i>Лимаренко А.П., Лимаренко А.А.</i> Влияние плавательной подготовки на показатели здоровья и физической подготовленности учащихся третьих классов общеобразовательной школы.....	49
<i>Лимаренко О.В., Колесникова Н.Н.</i> Анализ показателей физического развития мальчиков 8-11 лет, проживающих в различных социальных условиях.....	57
<i>Миржалалов А.Э.</i> Использование электронного учебного пособия «Бокс в школе» в учебном процессе по предмету «Физическая культура».....	63
<i>Мульдинова Э.С., Шлак И.Б., Моргунов Т.А.</i> Фитнес как средство оздоровления студенческой молодежи СКГУ им. М. Козыбаева.....	67
<i>Назмутдинова В.И., Драгвоз (Митькина) Г.А.</i> Годовая динамика морфофункционального и психоэмоционального состояния студенток юношеского возраста тюменского вуза, по состоянию здоровья отнесенных к специальной медицинской группе.....	72
<i>Поливаев А.Г.</i> Применение электронного журнала успеваемости по физической культуре в рамках балльно-рейтинговой оценки.....	76
<i>Пфлюк С.Н., Зернов Д.Ю.</i> Валеологизация образовательного процесса в условиях кредитной технологии обучения.....	84

<i>Сергиевич А.А.</i> Динамика показателей физической подготовленности студенток 1 курса Омского госуниверситета.....	90
<i>Федоров В.Н., Гоненко С.В., Климов Е.В., Колмаков С.В.</i> Проходимость воздухоносных путей у подростков и юношей Северного Казахстана.....	92
<i>Федоров В.Н., Линник М.А.</i> Возрастные особенности физической работоспособности в юношеском возрасте.....	99
<i>Фомичева Н.В., Прокопенко С.Ф.</i> Мониторинг состояния здоровья учащихся школ г. Ишима в условиях перехода на новые образовательные стандарты...	106
<i>Шабанов А.В., Родионов А.Н.</i> Подвижные игры в системе физического воспитания студентов.....	109
ГЛАВА 2. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ, МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА.....	113
<i>Анпилогов И.Е.</i> Индивидуально-ориентированная адаптация макроцикла юных бегунов на длинные и сверхдлинные дистанции.....	113
<i>Анпилова О.В.</i> Учет генетической предрасположенности спортсменов при отборе в прыжках в длину с разбега.....	115
<i>Антонова Е.А., Врублевский Е.П.</i> Направленность учебно-тренировочного процесса юных акробатов на этапе начальной подготовки.....	117
<i>Бабушкин Г.Д.</i> Мышление спортсмена в соревновательной деятельности....	122
<i>Бешильцев А.В.</i> Совершенствование групповых технико-тактических действий у гандболистов 14-15 лет при игре в нападении.....	133
<i>Бондаренко В.А., Гутник С.В.</i> Характер измерения реакций спортсмена на нагрузку.....	136
<i>Денисов С.А., Макаридин Д.Н.</i> Экологичное развитие эмоциональных особенностей личности дзюдоистов 10 лет на этапе начальной подготовки..	142
<i>Зуев В.Н., Насонов В.В.</i> Влияние личностных качеств волейбольного арбитра на успешность его судейской деятельности.....	146
<i>Кириченко В.Ф., Бешильцев А.В., Шалаев О.С.</i> Повышение эффективности тактической подготовленности гандболистов 13-15 лет.....	158
<i>Ковтун Г.С., Иванова Л.М.</i> Роль тренера в становлении студенческой команды.....	162
<i>Козин В.В., Гераськин А.А.</i> Вариативность способов броска квалифицированных баскетболистов в различных временных отрезках игровой деятельности.....	165
<i>Королевич А.Н.</i> Цели, обеспечивающие направление действий и повышение мотивации в спорте.....	174
<i>Костючик И.Ю.</i> Развитие скоростных качеств у юных пловцов.....	180
<i>Кугаевский С.А., Козин В.В.</i> Характеристика игровой деятельности в баскетболе.....	185
<i>Петракова Л.С.</i> Соблюдение процесса индивидуализации подготовки квалифицированных волейболисток с учетом особенностей выполняемого амплуа в команде.....	194
<i>Ямалеева Е.А., Зернов Д.Ю.</i> Национальная женская Федерация баскетбола Республики Казахстан.....	197

ГЛАВА 3. ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ.....	201
<i>Бейсенбаева А.С., Гришин Е.В., Шитов А.С.</i> Использование новых технологий обучения в системе подготовки специалистов на современном этапе.....	201
<i>Бондаренко В.А.</i> Отдельные принципы подготовки менеджеров туристской индустрии.....	205
<i>Бондаренко В.А.</i> Сущностные характеристики творческого отношения студентов к усвоению профессиональных знаний.....	211
<i>Волохина Н.А.</i> Виктимность как социально-педагогическое явление.....	215
<i>Зернов Д.Ю., Гришин Е.В.</i> Интеграция в учебный процесс студентов передовых инновационных методов обучения.....	219
<i>Корогвич Н.В., Врублевская Л.Г., Врублевская И.П.</i> Педагогическая практика в общеобразовательной школе глазами студентов.....	223
<i>Левичев О.Ф.</i> Категория синтеза в науке, философии и образовании.....	226
<i>Мишенькина В. Ф., Малахов В.М.</i> Подготовка студентов по проведению подвижных игр в рамках подготовки к производственной практике.....	230
<i>Поливаев А.Г., Хорзова Н.В.</i> О возможностях построения процесса обучения студентов ФФК на основе моделирования будущей профессиональной деятельности.....	234